

**HUBUNGAN KONSUMSI KOPI TERHADAP KUALITAS  
TIDUR PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS  
BUMIAJIKOTA BATU**

**SKRIPSI**



Oleh :

**NADHYA FARIDHA**

**NIM. 201210420311015**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

## LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN KONSUMSI KOPI TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL  
DIPUSKESMAS BUMIAJI KOTA BATU

### SKRIPSI

Disusun Oleh :

**Nadhya Faridha**

**NIM : 201210420311015**

Diujikan

Pada 05 April 2017

Pembimbing I



**Sunardi, S.Kep, Ns, M.Kep**

NIP. UMM. 11205080425

Pembimbing II



**Ns. Henny Dwi Susanti, M.Kep, Sp.Kep.Mat**

NIP.UMM. 11207040451

Penguji I



**Zahid Fikri, M.Kep**

NIDN.UMM.0721068501

Penguji II

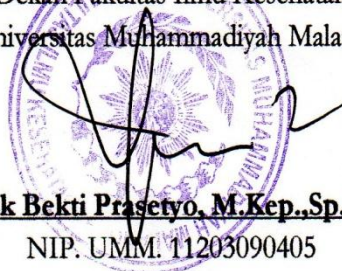


**Ririn Harini, S.Kep, Ns. M.Kep**

NIP. UMM. 11205010420

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Malang



**Yoyok Bkti Prasetyo, M.Kep.,Sp.Kom**

NIP. UMM. 11203090405

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nadhya Faridha  
NIM : 201210420311015  
Fakultas/Jurusan : Ilmu Kesehatan / Keperawatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi atau karya ilmiah yang berjudul :

Hubungan konsumsi kopi terhadap kualitas tidur pada ibu hamil di puskesmas Bumiaji Kota Batu :

1. Bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan skripsi atau karya ilmiah dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 13 April 2017

Yang Menyatakan



**Nadhya Faridah**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul **“Hubungan Konsumsi Kopi terhadap Kualitas Tidur pada Ibu hamil di Puskesmas Bumiaji Kota Batu”**, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.kep) pada Program Studi Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, petunjuk, bantuan yang bermanfaat serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Yoyok Bkti Prasetyo, S.kep, M.kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Nurul Aini, S.kep., Ns., M.kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhamammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S.kep.,Ns.,M.kep sebagai dosen pembimbing I, terima kasih atas bimbingan, pengarahan, serta saran dukungan yang berarti kepada penulis selama penyusunan proposal skripsi ini.
4. Ibu Ns.Henny Dwi Susanti, M.kep,Sp.Kep.Mat sebagai dosen pembimbing II yang selalu meluangkan banyak waktu dalam memberikan bimbingan serta mencurahkan ilmunya dalam membantu penulis menyusun proposal skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmunya.
6. Kedua orang tua yang telah memberikan kesabarannya serta dukungannya dan doa yang tidak terhenti hingga saat ini.
7. Saudara-saudara ku tersayang yang selalu memberikan dukungannya.
8. Kepada Ibnu Abdillah Kahvegy Endit yang sabar membantu dan banyak meluangkan waktunya dalam penyusunan proposal skripsi ini.
9. teman-teman PSIK 2012 kelas A angkatan 2012 yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan doa dan dukungannya.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf apabila masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya skripsi ini sangat penulis harapkan. Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya peneliti selanjutnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, April 2017

Penulis

Nadhya Faridha

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
ABSTRAK .....	xi

### BAB I PENDAHULUAN

1.1	Latar Belakang.....	1
1.2	Rumusan Masalah .....	4
1.3	Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1	Tujuan Umum .....	5
1.3.2	Tujuan Khusus .....	5
1.4	Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1	Bagi Mahasiswa .....	5
1.4.2	Institusi Pendidikan .....	5
1.4.3	Profesi Keperawatan .....	6
1.4.4	Bagi Masyarakat .....	6
1.4.5	Sebagai Dasar Penelitian Selanjutnya .....	6
1.5	Keaslian Penelitian .....	6

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1	Konsep Kopi .....	9
2.1.1	Definisi Kopi .....	9
2.1.2	Sejarah Kopi .....	9
2.1.3	Kandungan Kopi .....	10
2.1.4	Dampak Positif dan Negatif Mengonsumsi Kopi .....	11

2.1.5	Faktor Perilaku .....	12
2.2	Konsep Tidur .....	12
2.2.1	Fisiologi Tidur .....	12
2.2.2	Rapid Eye Movement .....	13
2.2.3	Kualitas Tidur .....	14
2.2.4	Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	15
2.2.5	Patofisiologi Tidur .....	15
2.2.6	Efek Kafein Terhadap Tidur .....	17
2.2.7	Hubungan Konsumsi Kopi terhadap Kualitas Tidur .....	19
2.3	Konsep Ibu Hamil .....	20
2.3.1	Definisi Kehamilan .....	20
2.3.2	Periode Kehamilan.....	21
2.3.3	Dampak Mengonsumsi Kopi pada Ibu Hamil.....	22
2.3.4	Hubungan Konsumsi Kopi terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil .....	22

### **BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

3.1	Kerangka Konsep .....	24
3.2	Penjelasan Kerangka Konsep .....	25
3.3	Hipotesis Penelitian .....	26

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

4.1	Desain Penelitian .....	27
4.2	Konsep Penelitian .....	28
4.3	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	29
4.4	Variabel Penelitian .....	31
4.5	Definisi Operasional .....	31
4.6	Tempat Penelitian .....	32
4.7	Waktu Penelitian .....	32
4.8	Instrumen Penelitian .....	33

4.9	Uji Validitas dan Realibilitas .....	36
4.10	Prosedur Pengumpulan Data .....	38
4.11	Pengolahan Data .....	39
4.12	Analisa Data .....	40
4.13	Etika Penelitian .....	42

## **BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA**

5.1	Karakteristik Responden .....	45
5.2	Data Khusus .....	48
5.3	Analisa Data .....	50

## **BAB VI PEMBAHASAN**

6.1	Konsumsi Kopi Pada Ibu Hamil .....	51
6.2	Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil .....	52
6.3	Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil .....	53
6.4	Keterbatasan Penelitian .....	55
6.5	Implikasi Keperawatan .....	56

## **BAB VII KESIMPULAN**

7.1	Kesimpulan .....	58
7.2	Saran .....	59

## **DAFTAR PUSTAKA ..... 60**

## **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kadar Kafein dalam Kopi .....	10
Tabel 2. Definisi Operasional Hubungan Konsumsi Kopi dan Kualitas Tidur .....	32
Tabel 3. Kisi-kisi Kuisioner Kopi .....	35
Tabel 4. Kisi-kisi Kuisioner Kualitas Tidur .....	36
Tabel 5.1 Identifikasi Kategori Konsumsi Kopi pada Ibu Hamil .....	48
Tabel 5.2 Identifikasi Kategori Kualitas tidur pada Ibu Hamil .....	49
Tabel 5.3 Hasil Cross Tabulation Hubungan Konsumsi Kopi terhadap Kualitas tidur Pada Ibu Hamil .....	50
Tabel 5.4 Analisa Data Hubungan antara Konsumsi Kopi dengan Kualitas tidur .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Penelitian Hubungan Konsumsi Kopi terhadap Kualitas tidur Pada Ibu Hamil .....	28
Gambar 5.1 Responden Berdasarkan Usia Ibu Hamil .....	45
Gambar 5.2 Responden Berdasarkan Usia Kehamilan .....	46
Gambar 5.3 Responden Berdasarkan Jenis Pendidikan .....	47
Gambar 5.4 Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan .....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan DINKES .....	62
Lampiran 2 Surat Balasan dari Puskesmas telah Menyelesaikan Penelitian .....	63
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	64
Lampiran 4 Lembar Kuisisioner .....	65
Lampiran 5 Dokumentasi .....	75
Lampiran 6 Perhitungan menggunakan Excel .....	80
Lampiran 7 Lembar Konsultasi Bimbingan .....	85
Curriculum Vitae.....	90

### DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bijali Sinha, 2009 *Factor affecting sleep : The Quality and Quantity of Sleep are*.
- Drake, C. et al. (2010). Caffeine Effects on Sleep Taken 0, 3, or 6 hours Before Going to Bed: (*Journal of Clinical Sleep Medicine*). Newton: MA.
- Eskelinen. M. H, *et all*(2009). Midlife Coffe and Tea Drinking and the Risk of Late-Life Dementia: A Population-Based CAIDE Study (*Journal of Alzheimer's Disease*). Finland: IOS Press.
- Illy.E & Pizano.D. (2003).*Coffe and Health : New reserch findings*. Columbia.
- Farah, A. (2012). *Coffee: Emergency Health Effect and Disease Prevention*. Blackwell Publishing Ltd, First Edition, 28-34.
- Fredholm.B B. (2011).*Physiological and pathophysiological roles of adenosin*.Japan : Japanese society of research.
- Hidayat, A. A. A, (2006).*Pengantar Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jarosz, M. et al. (2011).Maternal Caffein Intake and its Effect on Pregnancy Outcomes.(*European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*).Warsaw: National Food and Nutrition Institute.
- J. P. Chaput, Jet al, (2007). *Short sleep duration is associated with reduced leptin levels and increased adiposity.( Qu' ebec family study)*, vol. 15, no. 1.
- J. C. Valez, et al, (2013). *The Epidemiology of Sleep Quality and Consumption of Stimulant Beveranges among Patagonian Chilean Collenge Students*. Hindawi Publishing Corporation.
- Kurniawan, R.F. (2014). *Rahasia Terbaru Kedahsyatan Terapi Enzim : Praktis Hemat Tanpa Resiko*. Jakarta: Lembar Langit Indonesia.
- Kusmiyati, (2008).*Perawatan ibu hamil*. Yogyakarta: Fitra Mya.
- Lorist & Sneel, (2008).*Caffeine, sleep, and quality of life*. New Jersey: Humanna Press.
- Lietz, J. (2011). *What are the drowsiness?* . Diakses pada tanggal 23 April 2016

- Notoatmodjo.S. (2012).*Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan praktis (Ed.4)*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Ogah, C.O. & Obebe, T.O. (2012).*Caffeine Content of Cocoa and Coffee Beverages in Lagos, Nigeria, Global Research Publishing*, 3 (1), 404-405.
- Prasadja.A. (2009).*Ayo Bangun Dengan Bugar Karena Tidur Yang Benar*. Jakarta Selatan: Hikmah PT Mizan Publika.
- Rahardjo, P.(2012). *KOPI*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Rasjidi, I. (2013). *Panduan Kehamilan Muslimah*. Jakarta : PT. Mizan Publika.
- Rezaei, et al (2015).*The Effect Behavioral Education on the Depression of Pregnant Woman With Sleep Disorders*. Research Article.Iran : Faculty of Nursing and Midwifery, Urmia University of Medical Sciences.
- Ribeiro, J A & Sebastio, A M (2010). Caffeinee and Adenosinen(*Journal of Alzheimer's Disease*).Lisbon : University Of Lisbon.
- Saputra, E., (2008). *KOPI*. Yogyakarta: Harmoni.
- Samsura, D. (2012). *Ngopi ala Barista*.Jakarta : penebar plus.
- Simamora B., (2004). *Panduan Riset Perilaku Konsumen*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono, (2016).*Statistika Untuk Penelitian*.Bandung : CV Alfabeta.
- Smyth, C.MSN, (2007). *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Pittsburgh: United State.
- Susanti, N.N, (2008). *Psikologi Kehamilan*.Jakarta : EGC.
- S. M. Seifert, J. L. Schaechter, et al (2010), *Health effects of energy drinks pn chidren, adolescents, and young adults*. American Academy of Pediatric. 1.
- Schwartz.J R L & Roth. T. (2008), *Neurophysiology of sleep weekfullness : Basic Science and Clinical Implications*. National institutes of health : US. National Library of Medicine.

- Weiberg, B . A & Bealer, B .K, (2010). *The Miracle Of Caffeinee* : Manfaat Tak Terduga Kafein Berdasarkan Penelitian Paling Mutahir. USA : University Of Temple.
- Yazid.E. (2015), *Fakta Tentang Kopi*.Gresik: Akademi Analis Kesehatan Delima Husada
- Yucel, et al (2012).Sleep Quality And Related factor in Pregnant Woman(*Journal of Medicine and Medical Sciences*). Turkey : Ege University School Of Nursing.
- Yi.W W. Wavy. (2008) *The Relationship Between Time Management, Perceived Stress Sleep Quality and Academic Performance Among University Student*. China.
- Yulaikhah, L. (2008) *Kehamilan : Seri Asuhan Kebidanan* Jakarta : EGC.

SURAT IJIN PENDAHULUAN DINKES

## SURAT BALASAN PENELITIAN

